

KW 3
WINTER
SPEISEPLAN



17.01. - 21.01.2021

POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

VARIANTE	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	PASTATAG	FLEISCHTAG	BUNTER TAG	SUPPENTAG	FISCHTAG
1	fruchtige Currysoße (MI,ZW,ZI,SE,MÖ)	Hähnchenschnitzel (GE,GL,WE,ZW,KN,HF)	Pfannenkuchen (GL,WE,MI,EI)	Gyrossüppchen (MI,ZW,SE,MÖ,MS,PA,KN)	Kabeljau in Tempura Teig (FI,ZW)
2	Champignon-Creme-Soße (MI,ZW,KN,SE,MÖ)	Veggi Nuggets (GL,WE,HA,EI,MI)	-	-	Spinat Kartoffel Puffer (ZW,SE,MÖ,ZI,EI,SF,MI,HO)
BEILAGE	Penne (wahlweise Vollkorn) (GL,WE)	Reis (wahlweise Vollkorn)	Don's Apfelmus (AP,ZI)	Fladenbrot (HE,GL,WE,SS)	Kartoffel Stampf (MI)
	-	-	wahlweise mit buntem Gemüsequark (MI,PA,MÖ,ZI)	mit geschmorten  Rindfleisch (RI)	-
	Waldorfsalat (MI,MÖ,SE,AP,WA)	Fingermöhren à la crème (MI,MÖ,GL,WE,ZW)	-	mit  Tofu (SO)	fruchtiges Möhren Fenchel Gemüse (MÖ,ZW,ZI)
DESSERT	Obst	Bananen Shake oder Obst (ZI,MI)	Obst	Winterlicher Orangenkuchen oder Obst (GL,WE,MI,EI,AP,ZI)	Bratapfel Vanille Joghurt oder Obst (MI,ZI,AP,HO)

 Die in unserem Speiseplan ausgewiesenen **BIO**-Komponenten entsprechen der EG-Ökoverordnung, Kontrollstelle: DE-ÖKO-009

Zutaten/Allergene/Infos findet ihr auf unserer Zusatz-Liste!
Speiseplan ohne Gewähr.